Februar 2026

mio

mein GLOBUS Magazin

Perfekter Pizzagenuss

Rezepte, Tipps und Tricks rund um Pizza

Woher komme ich?

Ahnenforschung leicht gemacht

Die GLOBUS Familien-Services

Vorteile für Eltern und Kinder

GLOBUS

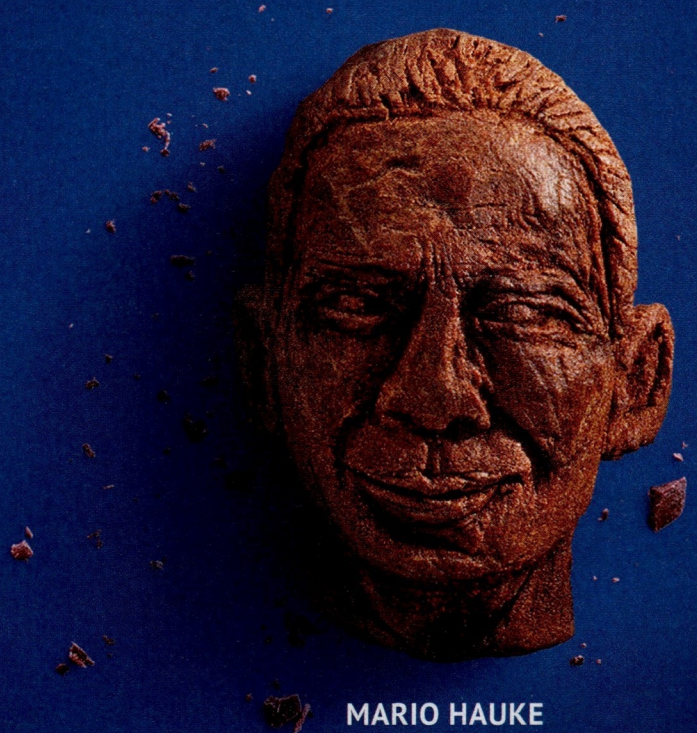
ANZEIGE

seit 1873

Eilles

KAFFEE

IN JEDER BOHNE STECKT DER CHARAKTER UNSERER RÖSTMEISTER.



MARIO HAUKE
EILLES KAFFEE Röstmeister,
aus einer Kaffeebohne geschnitzt.

Mit ihrer Handwerkskunst verleihen unsere Röstmeister EILLES KAFFEE seinen einzigartigen Charakter. Seit 1873.

IN DIESER AUSGABE

ESSEN & GENIESSEN

6 PIZZAVIELFALT
Unbedingt probieren: Rezepte für Pizza, Pinsa und Co.

18 INFLUENCER-REZEPT
Süße Schoko-Amaretto-Pizza

20 ALLES ÜBER PIZZA
Wie die perfekte Pizza auch zu Hause gelingt

LEBEN & ENTDECKEN

24 AHNENFORSCHUNG
So erstellen Sie Ihren Stammbaum

29 RÄTSEL
Gewinnen Sie mit mio

NACHGEFRAGT & VORGESTELLT

30 MEIN HAUSTIER UND ICH
So bereichernd ist das Leben mit Tieren

32 FAMILIENVORTEILE
Das bietet GLOBUS jungen Familien

34 AKTUELLES BEI GLOBUS
Das erwartet Sie

6

24

Liebe Leserin, lieber Leser!

Draußen zeigt sich der Winter oft noch von seiner rauen Seite, drinnen rücken wir ein wenig enger zusammen. Diese besondere Atmosphäre möchten wir in dieser mio-Ausgabe aufgreifen – mit einem Thema, das Globus seit jeher prägt: die Familie.

Familienzeit bedeutet für mich gemeinsame Momente – beim Kochen, beim Austausch oder einfach im Alltag. Dazu möchten wir Sie inspirieren.

Familie hat bei Globus eine große Bedeutung. Unser Familienunternehmen ist bald 200 Jahre alt und ich bin stolz, es in der sechsten Generation führen zu dürfen. Für mich heißt das: Unsere Wurzeln bewahren und gleichzeitig das Heute so gestalten, dass auch kommende Generationen eine lebenswerte Zukunft haben. Die Werte, die wir über Generationen entwickelt haben – Verlässlichkeit, Verantwortung, Nachhaltigkeit und Nähe – sind die Grundlage für langfristiges Denken und für Entscheidungen, die Bestand haben. Sie prägen unseren Umgang mit Mitarbeitern, Partnern und Kunden und geben uns Orientierung in einer sich ständig verändernden Welt. Gemeinsam mit Ihnen möchten wir diese Werte leben und weitertragen – Tag für Tag, in großen und kleinen Momenten.

Ihr Matthias Bruch

verantwortet in sechster Generation
das Familienunternehmen GLOBUS

WIR FEIERN DEN FEBRUAR

Diesen Monat gibt es jede Menge Gelegenheiten, mit der Familie oder Freunden zu feiern: Ob Fasching, Football, Valentinstag oder einfach so – mio hat Tipps, Rezepte und mehr, um die gemeinsame Zeit zu genießen.

Football-Party

Nicht nur für Football-Fans ist das Finale der US-amerikanischen National Football League (NFL) ein Highlight: In der Nacht vom 8. auf den 9. Februar findet das Sportspektakel der Superlative zum 60. Mal statt. Austragungsort ist diesmal das Heimstadion der San Francisco 49ers in Santa Clara, Kalifornien. In Ihrer GLOBUS Markthalle finden Sie typisch amerikanische Snacks, wie Chips oder Marshmallows, originelle Naschereien, wie Himbeer- oder Schoko-Popcorn, und jede Menge mehr passend zum Motto.

Zum Mitreden – das ist ein Touchdown

Trägt ein Spieler den Ball in die gegnerische Endzone oder fängt ihn dort, erzielt er einen Touchdown und erhält sechs Punkte. Noch mehr Football-Wissen finden Sie unter

globus.de/football

Mini-Rezept

Durch die Nähe zu Mexiko ist die kalifornische Küche auch von mexikanischen Einflüssen geprägt. Probieren Sie für einen perfekten Football-Abend landestypische „Loaded Nachos". Dank des Multitalents Airfryer sind diese ganz fix fertig: Tortilla-Chips mit Kidneybohnen, Mais, in Streifen geschnittener Paprikaschote, fein gewürfelter roter Zwiebel, Oliven und fein gehackter Chilischote in das mit Backpapier ausgelegte Garkörbchen des Airfryers geben. Mit Reibekäse toppen und ca. 8–10 min bei 180 °C überbacken. Mit Frühlingszwiebelringen bestreuen, mit etwas Limettensaft beträufeln, pfeffern und mit Guacamole und Sour Cream servieren.

GLOBUS FRESH 'N' GO Guacamole mild, 150 g. Nie mehr unreife oder überreife Avocados verarbeiten: Mit der Guacamole von GLOBUS FRESH 'N' GO können Sie direkt losnacken. Ob zu Nachos, zum Dippen oder auf Brot – Guacamole ist ein richtiger Allrounder.

Bei GLOBUS erhältlich.

Helau und Alaaf

Vom **12. bis 17. Februar** wird es wieder bunt: Haben Sie schon eine Idee, wie Sie sich an den närrischen Tagen verkleiden? Wie wäre es mit Meerjungfrau oder Matrose? Insbesondere Kostüme mit maritimen Themen erfreuen sich Kostümherstellern zufolge großer Beliebtheit. Aber auch Serien- und Filmfiguren sind nachgefragt. Bei Kindern sind neben den Klassikern Prinzessin und Polizist vor allem Tierkostüme begehrt. Noch mehr Kostümideen und jede Menge Inspiration rund um die fünfte Jahreszeit finden Sie unter

globus.de/fasching

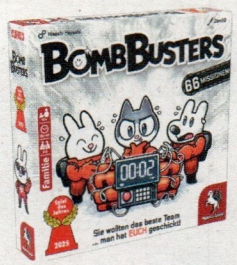
Nicht vergessen

Am **14. Februar** ist Valentinstag. Liegen Sie im Trend und verschenken Erlebnisse: zum Beispiel einen gemeinsamen Kochkurs, einen Blumenbinde-Workshop oder einen Wellnesstag. Blumen, eine Karte oder die Lieblingssüßigkeit erfüllen aber genauso ihren Zweck – nämlich dem Partner eine kleine Freude zu bereiten. Liebevolle Geschenkideen, verführerische Rezepte und vieles mehr finden Sie unter

globus.de/valentinstag

Lasst uns spielen

Gesellschaftsspiele sind – neben den Familienmahlzeiten – eine tolle Gelegenheit, um die ganze Familie an einen Tisch zu bekommen. Gemeinsames Spielen kann die Bindung stärken und fördert den Zusammenhalt. Schon kleine Kinder profitieren von Brettspielen: Sie lernen so die Bedeutung von Teamwork kennen und üben das Befolgen von Regeln und Lösen von Problemen. Sie sind auf der Suche nach einem neuen Spiel? Die seit 1979 vergebene Auszeichnung „Spiel des Jahres" bietet eine gute Orientierung.



Pegasus Spiele Bomb Busters, ab 10 Jahre. Das „Spiel des Jahres 2025" bringt Spaß für die ganze Familie: Als angehende Bombenentschärfungs-Profis müssen die Spielenden als Team zusammenarbeiten, damit die Bombe nicht explodiert. Mit 66 wiederspielbaren Missionen.

Bei GLOBUS erhältlich.

Impressum

Herausgeber:
GLOBUS Markthallen Holding GmbH & Co. KG, Leipziger Straße 8, 66606 St. Wendel, mio@globus.de, Tel: 06851 909-0
Koordination/Anzeigen: Michaela Peter-Kutscher (GLOBUS) **Verlag:** mfk corporate publishing GmbH, Prinz-Christians-Weg 1, 64287 Darmstadt, info@mfk-publishing.com, Tel: 06151 9696 - 00
Redaktion (mfk): Matthias Fuchs, Sebastian Fuchs, Dorina Sandau, Melanie Pischan, Janina Hinkelbein
Schlusslektorat: Monika Klingemann
V. i. S. d. P.: mfk corporate publishing GmbH
Fotos: Adobe Stock / polinaloves: 20 Pizza & Kind / New Africa 30: Kind & Meerschweinchen; Globus: 3 Portät, 13 Porträt, 15 Porträt, 26 Personenbild, 28 alle Bilder, 32-34; mfk: 6–16 Rezeptbilder, 22 Pizzen, 23 Pizzabäcker, Ina Speck: 18, 34 Rezept; Sandra Schäfer: 31 Bild mit Hund; Michaela Peter-Kutscher: 31 Bild mit Katzen; Sebastian Fuchs: 31 Bild mit Aquarium
Gestaltung: Annina Sudeck, Jenny Heutehaus (mfk)
Litho/Druckvorstufe: mfk **Druck:** Evers & Evers GmbH & Co. KG, Ernst-Günter-Albers-Str. 13, 25704 Meldorf

Trotz größtmöglicher Sorgfalt bei der Recherche kann keine Haftung für Irrtümer oder Fehler übernommen werden. Alle Angaben sind bei der Drucklegung gültig, doch behält sich die GLOBUS Markthallen Holding GmbH & Co. KG das Recht auf Änderungen vor. Nachdruck, Aufnahme in Online-Dienste und Internet sowie Vervielfältigung auf Datenträger wie CD-ROM etc. sämtlicher Beiträge nur nach vorheriger schriftlicher Genehmigung des Herausgebers. Bei direkten oder indirekten Verweisen auf fremde Internetseiten distanziert sich die GLOBUS Markthallen Holding GmbH & Co. KG von deren Inhalten und übernimmt dafür keine Haftung. Die Verantwortlichkeit liegt allein beim Anbieter dieser Internetseiten.

globus.de
facebook.de/globus.de
@globus.de
pinterest.de/globus_de
youtube.de/globus

BLAUER ENGEL DAS UMWELTZEICHEN GU9
www.blauer-engel.de/uz195
Dieses Druckerzeugnis wurde mit dem Blauen Engel ausgezeichnet.

EVERS ReForest Mehr Bäume. Weniger CO_2.
Wir unterstützen CO_2-Kompensation durch Aufforstung.
ER | ID-22071670

Pizza für alle

Pizza ist das perfekte Familienessen: Mit Tomatensoße oder ohne, vegetarisch oder mit Schinken – ohne großen Aufwand können beim Belag verschiedene Geschmacksvorlieben kombiniert werden. Probieren Sie mit mio Pizzaklassiker und solche, die es werden wollen.

Tipp: Für das Gelingen des Pizzateigs ist die richtige Menge Hefe wichtig. Zum genauen Abwiegen verwenden Sie am besten eine Feinwaage.

PIZZA BIANCA MIT THUNFISCH, KAPERN UND ZITRONE

ZUTATEN FÜR 2 PIZZEN (JE CA. 30 CM Ø)

Für den Teig:
1 g frische Hefe (ca. erbsengroß)
10 g Meersalz
200 ml kaltes Wasser
330 g Pizzamehl Tipo 00
etwas Semola (alternativ Hartweizengrieß) für die Arbeitsfläche

Für den Belag:
1 Zehe GLOBUS Knoblauch
1 Bio-Zitrone
70 g GLOBUS Mascarpone
70 g griechischer Joghurt
Salz
schwarzer Pfeffer
1/2 Kugel Fior di latte
1 Dose Thunfisch in eigenem Saft
6–8 Kapernäpfel
2–3 Zweige Thymian

Zubereitungszeit: ca. 40 min + 4 h Gehzeit ca. 6 min Backzeit
Pro Pizza ca. 860 kcal, 24 g F, 62 g KH, 20 g E

ZUBEREITUNG

1. Hefe und Salz im Wasser auflösen. Nach und nach Mehl dazugeben und ca. 10 min kneten, bis der Teig glatt und elastisch ist. Abgedeckt bei Raumtemperatur mind. 2 h ruhen lassen, bis sich das Volumen deutlich vergrößert hat. Teig in zwei gleich große Kugeln teilen und nochmals ca. 2 h gehen lassen.
2. Für den Belag Knoblauchzehe schälen und fein hacken. Zitrone heiß abwaschen und abreiben, Abrieb beiseitestellen. Zitrone auspressen. Knoblauch und Zitronensaft mit Mascarpone, Joghurt sowie etwas Salz und Pfeffer zu einer cremigen Soße verrühren.
3. Backofen mit Pizzastein oder umgedrehtem Blech auf maximaler Temperatur (250–300 °C) Ober-/Unterhitze oder Pizzastufe mind. 30 min vorheizen. Teigkugeln auf einer mit Semola bestreuten Fläche zu runden Pizzen dehnen und mit der Soße bestreichen. Käse klein zupfen und auf der Soße verteilen. Thunfisch abgießen und auf die Pizzen geben. Kapernäpfel vierteln und ebenfalls auf die Pizzen geben. Ca. 6 min knusprig backen.
4. Thymian waschen, trocken tupfen und Blättchen abzupfen. Pizzen mit Zitronenabrieb und Thymian garniert servieren.

Tipp: Tomaten – nein, danke! Wer keine Tomatensoße mag, ist hier gut aufgehoben: Statt einer roten wird auf der Pizza Bianca eine weiße Soße, zum Beispiel auf Mascarpone- oder Ricottabasis, verwendet.

Fior di latte ist mild im Geschmack und schmilzt besonders gut, weshalb er typischerweise für Pizza verwendet wird. Statt Fior di latte können Sie auch Büffelmozzarella verwenden.

PIZZA QUATTRO STAGIONI

ZUTATEN FÜR 2 PIZZEN (JE CA. 30 CM Ø)

Für den Teig:
1 g frische Hefe (ca. erbsengroß)
10 g Meersalz
200 ml kaltes Wasser
330 g Pizzamehl Tipo 00
etwas Semola (alternativ Hartweizengrieß)
für die Arbeitsfläche

Für die Tomatensoße:
1 kleine Schalotte
1 Zehe GLOBUS Knoblauch
etwas GLOBUS natives Olivenöl extra
1 Dose GLOBUS geschälte Tomaten (400 g)
Salz, schwarzer Pfeffer
1–2 EL GLOBUS Aceto Balsamico di Modena I.G.P.
1 Prise Zucker
einige Blätter Basilikum

Für den Belag:
5 Artischockenherzen aus dem Glas
4–6 Scheiben Prosciutto Cotto
4–5 Champignons
8–10 GLOBUS Griechische Kalamata Oliven ohne Stein
4–6 Sardellenfilets
Thymian zum Garnieren
1 Kugel Fior di latte oder Büffelmozzarella
schwarzer Pfeffer aus der Mühle

Zubereitungszeit:
ca. 1 h + mind. 3 h Gehzeit + ca. 10 min Backzeit
Pro Pizza ca. 831 kcal, 15 g F, 61 g KH, 17 g E

Sori Fior di latte, 125 g. Italienischer Kuhmilch-Mozzarella. Ideal für Pizza geeignet: schmilzt perfekt und zieht tolle Pizzafäden.

Bei GLOBUS erhältlich.

ZUBEREITUNG

1. Für den Teig Hefe und Salz im Wasser auflösen. Nach und nach Mehl dazugeben und mit den Händen oder dem Knethaken der Küchenmaschine ca. 10 min zu einem glatten, elastischen Teig kneten. Abgedeckt bei Raumtemperatur mind. 2 h – besser über Nacht im Kühlschrank – gehen lassen. In 2 Kugeln teilen und abgedeckt nochmals ca. 1 h gehen lassen.
2. Für die Tomatensoße Schalotte und Knoblauchzehe schälen und fein hacken. Öl in einem Topf erhitzen und beides darin kurz anschwitzen. Dosentomaten dazugeben und mit Salz, Pfeffer, Essig und Zucker würzen. Ca. 15–20 min leicht köcheln lassen, bis die Soße etwas eingedickt ist. Basilikum waschen, trocken tupfen und Blätter abzupfen. In die Soße rühren und diese kurz pürieren. Vom Herd nehmen und abkühlen lassen.
3. Artischockenherzen abtropfen lassen und halbieren. Schinken in kleine Stücke reißen oder schneiden. Champignons putzen und in dünne Scheiben schneiden. Oliven in feine Scheiben schneiden. Sardellen abgießen. Thymian waschen, trocken tupfen und Blättchen abzupfen.
4. Backofen mit Pizzastein oder umgedrehtem Blech auf maximaler Temperatur (250–300 °C) Ober-/ Unterhitze oder Pizzastufe mind. 30 min vorheizen. Teigkugeln auf etwas Semola zu runden Pizzen dehnen. Mit einer dünnen Schicht Tomatensoße bestreichen. Käse in Scheiben schneiden oder klein zupfen und gleichmäßig auf der Soße verteilen. Pizzen gedanklich in 4 Bereiche teilen und belegen: 1. Viertel mit Artischocken, 2. Viertel mit Schinken, 3. Viertel mit Champignons und 4. Viertel mit Oliven und Sardellen.
5. Im Ofen ca. 7–10 min backen, bis der Rand goldbraun ist. Mit Thymian und Pfeffer garniert servieren.

Pizzateig darf nicht ausgerollt werden, sondern sollte mit den Fingern gedehnt werden. So entweicht die Luft im Teig nicht und er wird schön locker.

Wichtig

ANZEIGE

GLUTENFREIE PIZZA „MEDITERRAN“

ZUTATEN FÜR 2 PIZZEN (JE CA. 1/2 BLECH)

Für den Teig:
10 g Flohsamenschalen
80 g Kichererbsenmehl + 1 EL für die Arbeitsfläche
80 g Buchweizenmehl
200 ml lauwarmes Wasser
1 TL GLOBUS Bio Apfelessig
3 EL GLOBUS natives Olivenöl extra
7 g Trockenhefe
1 TL Zucker
1 TL Salz

Für die Tomatensoße:
1/2 GLOBUS Zwiebel
1 Zehe GLOBUS Knoblauch
frische oder getrocknete Kräuter nach Wahl (z. B. Rosmarin, Salbei, Thymian)
1 EL GLOBUS natives Olivenöl extra
1 EL Alnatura Tomatenmark
1/2 Dose GLOBUS stückige Tomaten (200 g)
1 TL Zucker
1 TL Salz
1 EL GLOBUS Aceto Balsamico di Modena I.G.P.

Für den Belag:
1 kleine Zucchini
1 Paprikaschote
3–4 Champignons
1 rote GLOBUS Zwiebel
6 GLOBUS Gold Gourmet Cherry-Rispentomaten

außerdem:
1 Handvoll Rucola
schwarzer Pfeffer aus der Mühle

Zubereitungszeit:
ca. 1 h 20 min + 10 min Backzeit
Pro Pizza ca. 702 kcal, 8 g F, 39 g KH, 14 g E

ZUBEREITUNG

1. Für den Teig Flohsamenschalen im Mixer zu Pulver mahlen. Mit Kichererbsen- und Buchweizenmehl vermischen. In einer Schüssel Wasser, Apfelessig, Olivenöl, Hefe, Zucker und Salz verrühren und ca. 5 min gehen lassen. Die Hefemischung zu den trockenen Zutaten geben und mit den Händen zu einem glatten, leicht klebrigen Teig vermischen. Abgedeckt ca. 1 h an einem warmen Ort gehen lassen.
2. Für die Tomatensoße Zwiebel sowie Knoblauchzehe schälen und fein würfeln. Kräuter waschen, trockentupfen und fein hacken. Olivenöl in einem kleinen Topf erhitzen und Zwiebel sowie Knoblauch darin glasig dünsten. Tomatenmark einrühren und kurz mitbraten. Stückige Tomaten dazugeben und mit Zucker, Salz und Essig abschmecken. Bei mittlerer Hitze ca. 10 min einkochen lassen, bis die Soße etwas eindickt.
3. Backofen auf 250 °C Ober-/Unterhitze oder Pizzastufe vorheizen. Zucchini waschen und in feine Streifen schneiden. Paprika waschen, entkernen und in feine Scheiben schneiden. Champignons putzen und ebenfalls in feine Scheiben schneiden. Zwiebel schälen und in Ringe schneiden. Tomaten waschen und in Scheiben schneiden.
4. Teig in 2 Portionen teilen. Auf einer bemehlten Fläche rechteckig ausrollen. Die Teigfladen auf ein mit Backpapier belegtes Blech legen. **Tipp:** Bei Verwendung eines Pizzasteins ist kein Backpapier nötig. Erst Tomatensoße, dann Gemüse gleichmäßig auf den Pizzen verteilen. Im Ofen auf der untersten Schiene ca. 10 min backen, bis der Rand knusprig ist.
5. Rucola waschen und trocken tupfen. Pizzen pfeffern und mit Rucola garniert servieren.

GLOBUS Aceto Balsamico di Modena I.G.P., 500 ml. Milder Balsamessig mit samtiger Konsistenz und charakteristischer, fein ausbalancierter süßsaurer Geschmacksnote. Direkt aus der italienischen Provinz Modena. Ideal zum Verfeinern von gebratenem und gegrilltem Fleisch, Fischgerichten oder Salaten.

Bei GLOBUS erhältlich.

ANZEIGE

PINSA À LA SALSICCIA

ZUTATEN FÜR 4 MINI-PINSE

Für den Teig:
380 g GLOBUS Weizenmehl Type 405
80 g Reismehl
40 g Kichererbsenmehl
5 g frische Hefe
5 g Zucker
230 ml kaltes Wasser
13 g Salz
40 ml GLOBUS natives Olivenöl extra
etwas Semola (alternativ Hartweizengrieß) für die Arbeitsfläche

Für die Soße:
1 Schalotte
2 Zehen GLOBUS Knoblauch
1 Handvoll GLOBUS Gold Gourmet Cherry-Rispentomaten
3–5 TL Fenchelsaat
1 EL GLOBUS Rapsöl
2 TL Chiliflocken
500 g gemischtes GLOBUS Hackfleisch
Salz, schwarzer Pfeffer
2 EL Alnatura Tomatenmark
1 Kugel Fior di latte oder Mozzarella
1 Dose GLOBUS geschälte Tomaten (400 g)
3 Zweige Basilikum
1 Zweig Minze
etwas GLOBUS natives Olivenöl extra zum Bepinseln

Zubereitungszeit:
ca. 1 h + 24 h Gehzeit + ca. 15 min Backzeit
Pro Pinsa ca. 511 kcal, 11 g F, 36 g KH, 13 g E

Perfekte Pinsa
Im Gegensatz zur klassischen Pizza hat die Pinsa eine längliche Form. Pinsateig enthält verschiedene Mehlsorten und ist besonders weich. Dank der langen Gehzeit entwickelt er sein typisches Pinsa-Aroma und wird sehr bekömmlich.

ZUBEREITUNG

1. Für den Teig am Vortag Mehle in einer großen Schüssel miteinander vermischen. Hefe und Zucker in einer kleinen Schüssel in 1 EL des Wassers auflösen und kurz gehen lassen. Hefewasser und ca. 80 % des Wassers zu den Mehlen geben. Mit den Händen oder dem Knethaken der Küchenmaschine ca. 6 min zu einem geschmeidigen Teig kneten. Salz dazugeben und ca. 2 min weiterkneten, damit sich das Salz gleichmäßig verteilt. Olivenöl einfließen lassen und – falls der Teig noch zu fest ist – in kleinen Portionen das übrige Wasser unterkneten. Abgedeckt ca. 30 min bei Raumtemperatur gehen lassen. Dabei alle 10 min kurz durchkneten, so wird der Teig noch elastischer. In einem geschlossenen Gefäß 24 h im Kühlschrank ruhen lassen.
Tipp: Der Teig hält so bis zu 5 Tage.
2. Teig ca. 2–3 h vor dem Verarbeiten aus dem Kühlschrank nehmen, damit er Zimmertemperatur annimmt. Auf einer mit Semola bestreuten Arbeitsfläche zu einer Pizza dehnen und wieder zusammenfalten. In 4 gleich große Stücke teilen, zu Kugeln formen und nochmals ca. 1 h ruhen lassen.
3. Für die Soße Schalotte und Knoblauchzehen schälen und fein hacken. Tomaten waschen und halbieren. Fenchelsaat im Mörser leicht zerdrücken, damit sich das Aroma besser entfaltet. Öl in einer großen Pfanne erhitzen und Schalotten darin glasig dünsten. Knoblauch, Fenchelsaat und Chiliflocken dazugeben und kurz mitrösten, bis es intensiv duftet. Hackfleisch hinzufügen und bei kräftiger Hitze gut anbraten, bis es gleichmäßig braun ist. Mit Salz und Pfeffer würzen. Tomatenmark einrühren und ca. 1–2 min mitrösten, bis es leicht dunkel wird. Dosentomaten dazugeben

und mit einem Löffel leicht zerdrücken. Bei mittlerer Hitze ca. 20–25 min sanft köcheln lassen, bis die Soße sämig ist. Nach ca. 15 min Kirschtomaten unterrühren. Mit Salz, Pfeffer und ggf. etwas Fenchelsaat und Chili abschmecken. Kräuter waschen und trocken tupfen, etwas Basilikum zum Garnieren beiseitelegen. Übrige Basilikum und Minze grob hacken und unter die Soße mischen.

4. Backofen mit Pizzastein oder umgedrehtem Blech auf maximaler Temperatur (250–300 °C) Ober-/Unterhitze oder Pizzastufe mind. 30 min vorheizen. Teigkugeln auf etwas Semola zu ovalen Fladen ausziehen und in der Mitte eindrücken. Mit etwas Olivenöl beträufeln und ca. 5 min vorbacken, bis sie leicht Farbe bekommen. Aus dem Ofen nehmen und mit der Soße bestreichen. Käse klein zupfen und darüber verteilen. Weitere 7–10 min backen, bis der Rand goldbraun und der Käse geschmolzen ist. Mit Basilikum garniert servieren.

Wenn Sie wie ich ein großer Salsiccia-Fan sind, müssen Sie diese leckere Pizza-Variante unbedingt probieren: Das **GLOBUS** Hackfleisch – ein absoluter Klassiker aus der **GLOBUS** Fachmetzgerei – erhält dank Knoblauch, Chiliflocken und Fenchelsaat das für Salsiccia typische Aroma. Ein echtes Geschmackserlebnis!"

Guiseppe Ferrera aus der Fachmetzgerei in der GLOBUS Markthalle in Krefeld

GLOBUS gemischtes Hackfleisch, halb Rind, halb Schwein. Wird mehrmals täglich für Sie frisch in der Fachmetzgerei vor Ort hergestellt. Sie bekommen es direkt an der Bedientheke oder genauso frisch in praktischen Portionsgrößen an der Selbstbedienungstheke.

In der GLOBUS Fachmetzgerei erhältlich.

ANZEIGE

DER PASTA-GESCHMACK, DEN DU LIEBST, MIT EINEM +

Barilla PROTEIN+

HIGH PROTEIN 20g /100g

Serviervorschlag

Gemeinsam mit unseren veganen Pesti genießen!

Hier weitere Rezeptideen entdecken!

NEAPOLITANISCHE PIZZA
MIT FEIGEN, BURRATA UND BALSAMICO-ZWIEBELN

Die neapolitanische Pizza hat einen dicken, besonders luftigen Rand.

ZUTATEN FÜR 2 PIZZEN (JE CA. 30 CM Ø)

Für den Teig:
1 g frische Hefe (ca. erbsengroß)
315 ml kaltes Wasser
500 g Pizzamehl Tipo 00
15 g Meersalz
etwas Semola (alternativ Hartweizengrieß) für die Arbeitsfläche

Für die Balsamico-Zwiebeln:
2 rote GLOBUS Zwiebeln
2 EL GLOBUS natives Olivenöl extra
2 EL Honig
3 EL GLOBUS Aceto Balsamico di Modena I.G.P.
2 Zweige Rosmarin
100 ml roter Portwein
schwarzer Pfeffer aus der Mühle

Für die Creme-Basis:
1 Zehe GLOBUS Knoblauch
6 EL Alnatura Crème fraîche
1 TL Alnatura Tomatenmark
1 EL GLOBUS natives Olivenöl
1 TL Salz

Für den Belag:
4 Feigen
2 Burrata
2 Zweige Basilikum
etwas GLOBUS natives Olivenöl extra zum Beträufeln
schwarzer Pfeffer

Zubereitungszeit:
ca. 40 min + mind. 24 h Gehzeit
Pro Pizza ca. 753 kcal, 19 g F, 56 g KH, 16 g E

ZUBEREITUNG

1. Für den Teig am Vortag Hefe im Wasser auflösen. Mehl dazugeben und grob vermengen. Salz einarbeiten und ca. 8–10 min zu einem glatten, elastischen Teig verkneten. Mit einem feuchten Tuch abgedeckt ca. 2 h bei Raumtemperatur ruhen lassen. Danach Teig in 2 gleich große Kugeln teilen und die Teigkugeln in einem ausreichend großen, luftdichten Behälter im Kühlschrank mindestens 24 h gehen lassen. 1–2 h vor dem Backen aus dem Kühlschrank nehmen und bei Raumtemperatur ruhen lassen.
2. Für die Balsamico-Zwiebeln Zwiebeln schälen, halbieren und in feine Halbmonde schneiden. Olivenöl in einem Topf erhitzen und Zwiebeln darin bei mittlerer Hitze ca. 10 min glasig dünsten. Honig, Balsamico, Rosmarin und Portwein dazugeben. Bei offenem Deckel ca. 15–20 min einkochen, bis die Flüssigkeit eingedickt ist und die Zwiebeln weich und glänzend sind. Mit Pfeffer abschmecken und Rosmarinzweige entfernen.
3. Für die Crème-fraîche-Basis Knoblauchzehe schälen und fein reiben oder pressen. Mit Crème fraîche, Tomatenmark, Olivenöl und Salz verrühren.
4. Backofen mit Pizzastein oder umgedrehtem Blech auf maximaler Temperatur (250–300 °C) Ober-/Unterhitze oder Pizzastufe mind. 30 min vorheizen. Teigkugeln auf einer mit Semola bestreuten Fläche zu 2 Pizzen dehnen. Mit der Crème-fraîche-Mischung bestreichen.
5. Feigen waschen, in Sechstel schneiden und auf den Pizzen verteilen. Nacheinander im Ofen ca. 6 min backen. Pizzen aus dem Ofen holen, Burrata grob zerzupfen und auf den Pizzen verteilen. Balsamico-Zwiebeln darübergeben. Basilikumblätter abzupfen. Pizzen mit etwas Olivenöl beträufeln, pfeffern und mit Basilikum garniert servieren.

Tipp

Ein Pizzastein sorgt für eine schnelle, gleichmäßige Hitzeverteilung. So wird der Boden schön knusprig und der Belag perfekt gar. Alternativ können Sie auch einen Pizzastahl verwenden, dieser ist stabiler und lässt sich einfacher reinigen.

Graciela Bruch

„ERSTE VERSUCHUNG" RIVANER 2025 – TROCKEN

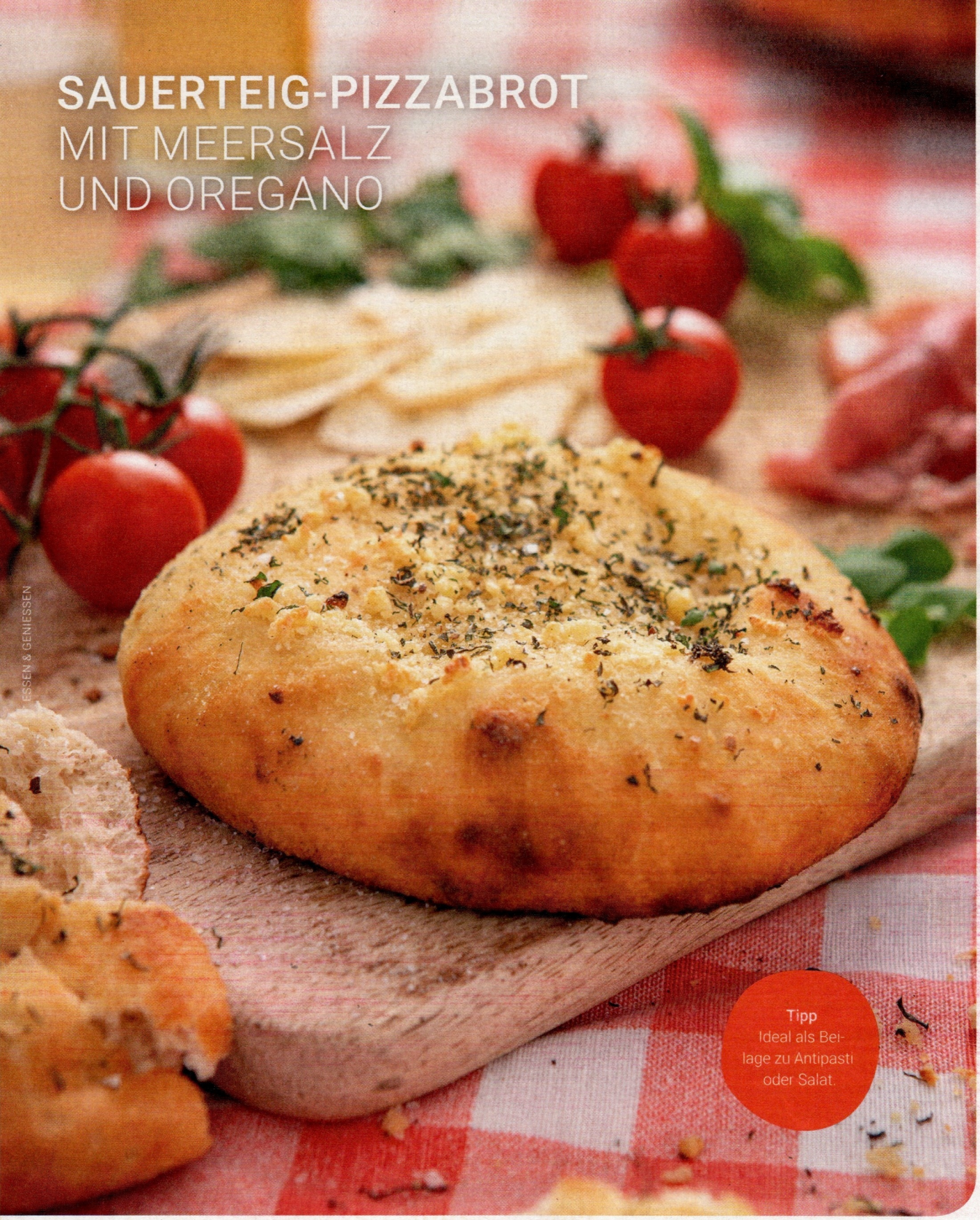
Mein Favorit

Das Weingut Hammel in Kirchheim in der Pfalz hat eine lange Familientradition. Die Brüder Martin und Christoph Hammel betreiben momentan das Weingut in achter Generation. Beeinflusst durch die Region, die tägliche Arbeit in Weinberg und Keller und geprägt durch die Freude der Pfälzer Lebensart entstehen charaktervolle Weine, die den Bogen von der Tradition in die Moderne schmeckbar machen.

In diesem Wein wurde die Rebsorte Rivaner vorzüglich ausgebaut. Da er noch im Lesejahr ausgebaut wird, hat er den Namen „Erste Versuchung" erhalten. Er offenbart intensive Aromen von Stachelbeere, grünem Apfel und Limette. Mit zarter Würze, saftig und fruchtig empfiehlt er sich zu vielen schönen Anlässen.

0,75 l
5,99€
„Erste Versuchung" Rivaner trocken 2025
1 l = 7,99 €

SAUERTEIG-PIZZABROT MIT MEERSALZ UND OREGANO



Tipp
Ideal als Beilage zu Antipasti oder Salat.

ZUTATEN FÜR 4 BROTE (JE CA. 15 CM Ø)

Für den Teig:
10–15 g frische Hefe
2 TL Meersalz
1 TL Zucker
300 ml lauwarmes Wasser
7,5 g Sauerteig-Extrakt (oder 1 EL aktiver Weizensauerteig)
500 g Weizenmehl Type 550
etwas Semola (alternativ Hartweizengrieß) für die Arbeitsfläche

Außerdem:
2 Zehen GLOBUS Knoblauch
4 Zweige Oregano
3–4 EL GLOBUS natives Olivenöl extra
Meersalz
schwarzer Pfeffer aus der Mühle

Zubereitungszeit:
ca. 30 min + mind. 1,5 h Gehzeit
Pro Brot ca. 531 kcal, 2 g F, 37 g KH, 2 g E

ZUBEREITUNG

1. Für den Teig Hefe, Salz und Zucker mit Wasser verrühren, bis sich Salz und Zucker aufgelöst haben. Sauerteig-Extrakt einrühren und 5–10 min gehen lassen, bis die Mischung leicht schäumt. Mehl dazugeben und mit den Händen oder dem Knethaken der Küchenmaschine ca. 10 min kneten, bis ein glatter, elastischer Teig entsteht. Mit einem feuchten Tuch abdecken und mind. 1,5 h bei Raumtemperatur gehen lassen, bis sich das Volumen deutlich vergrößert hat. **Tipp:** Noch besser gelingt das Pizzabrot, wenn der Teig über Nacht im Kühlschrank geht.
2. Teig auf eine mit Semola bestreute Fläche geben, kurz durchkneten und in 4 gleich große Stücke teilen. Zu runden Fladen ausziehen, nicht ausrollen.
3. Backofen auf 240 °C Ober-/Unterhitze vorheizen. Knoblauchzehen schälen und fein hacken oder pressen. Oregano waschen, trocken tupfen, Blättchen abzupfen und fein hacken. Knoblauch und Oregano mit Olivenöl verrühren. Teigfladen auf ein mit Backpapier belegtes Blech legen und großzügig mit dem Knoblauch-Oregano-Öl bepinseln. Mit Meersalz und Pfeffer bestreuen.
4. Im Ofen ca. 10–12 min backen, bis der Rand leicht goldbraun ist und das Brot duftet. Kurz abkühlen lassen und noch warm servieren.

Statt Sauerteig-Extrakt können Sie auch selbst angesetzten Sauerteig verwenden. Eine genaue Anleitung für den ersten eigenen Sauerteig finden Sie unter

globus.de/sauerteig

ANZEIGE

Voll köstlich.
Null künstlich.
100 % frei von Zusätzen.

FRoSTA REINHEITS-GEBOT seit 2003

FRoSTA
ist für alle da

SÜSSE SCHOKO-AMARETTO-PIZZA MIT KIRSCHEN

ZUTATEN FÜR 4 PERSONEN

Für den Teig:
1 Pck. Trockenhefe
260 ml Wasser
500 g GLOBUS Weizenmehl Type 405
+ 1 EL für die Arbeitsfläche
3 TL Backkakao
1 Prise Salz
3 EL GLOBUS natives Olivenöl extra

Für den Belag:
300 g Kirschen (tiefgekühlt)
250 g GLOBUS Sandkuchen Schoko
4 EL Amaretto
4 TL brauner Zucker
80 g Zartbitterschokolade
60 g Amarettini
100 g GLOBUS Mascarpone

Zubereitung: ca. 25 min + mind. 8 h Gehzeit
Pro Person ca. 620 kcal, 14 g F, 42 g KH, 9 g E

Hier können Sie auch prima Kuchenreste vom Vortag verwenden.

Tipp

ZUBEREITUNG

1. Für den Teig Trockenhefe im Wasser auflösen und 10 min gehen lassen. Mit Mehl, Kakao, Salz und Olivenöl mind. 10 min zu einem glatten Teig verkneten. Teig abdecken und ca. 2 h bei Zimmertemperatur gehen lassen. Danach in 4 Portionen teilen und nochmals mind. 6 h – besser über Nacht – im Kühlschrank gehen lassen.
2. Für den Belag Kirschen in einem Sieb auftauen lassen. Kuchen fein zerbröseln, mit Amaretto tränken und abgedeckt ziehen lassen. Backofen mit einem Blech auf 230 °C Umluft vorheizen. Eine Portion Teig auf einer bemehlten Fläche zu einer Pizza mit einem Durchmesser von ca. 30 cm dehnen. **Tipp:** Nicht ausrollen, damit die Luft im Teig nicht entweicht und er schön locker wird. Mit 1 TL Zucker bestreuen. Mithilfe eines Pizzaschiebers auf Backpapier legen und das Backpapier vorsichtig aufs heiße Blech im Ofen heben. Ca. 5–8 min backen, bis der Teig knusprig braun ist.
3. Pizza aus dem Ofen nehmen und sofort 1/4 der Schokolade auf den heißen Teig legen. Kurz warten und mit einem Pinsel verstreichen. Die übrigen Teigkugeln ebenso verarbeiten.
4. Kuchenkrümel, Kirschen und Amarettini gleichmäßig auf den Pizzen verteilen. Mascarpone in einen Spritzbeutel mit kleiner Lochtülle geben und einzelne Tupfen auf die Pizzen spritzen. Zügig servieren.

HI, ICH BIN INA UND STELLE IN DER MIO JEDEN MONAT EINES MEINER LIEBLINGSREZEPTE VOR.

Kennen Sie das – manchmal hat man eine Idee im Kopf, aber noch überhaupt keinen Plan, wie man sie umsetzen soll? Bei diesem Rezept war das so: Ich wollte schon immer mal eine süße Pizzavariante backen; bis zum fertigen Rezept hat es allerdings ein bisschen gebraucht. Das Ausprobieren hat sich aber definitiv gelohnt – eine köstliche und originelle Alternative zu Kuchen und Co.

inaisst.de

ANZEIGE

Pizza? Lieben wir!

Egal in welche Stadt man kommt, eine Pizzeria mit Steinofen ist zum Glück meist nicht weit entfernt. Aber auch zu Hause kann man eine richtig gute Pizza backen – mit etwas Liebe zum Detail wird sie sogar fast wie beim Lieblingsitaliener. Mit diesen Tipps von den GLOBUS Pizzabäckern beeindrucken Sie Ihre Gäste bei der nächsten Pizzaparty ganz bestimmt.

Kennen Sie jemanden, der Pizza nicht liebt? Unwahrscheinlich, denn jedes Jahr werden rund um den Erdball mehr als fünf Milliarden Stück gegessen und in praktisch allen Umfragen zum beliebtesten Gericht weltweit landet der italienische Exportschlager auf dem Podest und sehr häufig sogar auf dem ersten Platz. Auch bei GLOBUS gehören die runden Lieblinge mit frischem Teig aus der Meisterbäckerei zu den beliebtesten Speisen in den Restaurants. Mit diesen Tipps gelingt Ihnen auch zu Hause im „normalen" Backofen die perfekte Pizza:

1. Verwenden Sie ein starkes Pizzamehl, z. B. „Tipo 00" mit einem hohen Proteingehalt (mehr als 12 Gramm pro 100 Gramm) oder alternativ ein gutes Weizenmehl Type 550. Ein höherer Proteingehalt bedeutet, dass der Teig mehr Wasser binden kann, wodurch er formstabil bleibt, auch wenn er gedehnt wird, und die Pizza beim Backen gleichzeitig knusprig und luftig wird.

2. Vorsicht beim Kneten: Bearbeiten Sie den Teig nur so lange, bis er glatt und elastisch ist – nicht überkneten, sonst verliert der Teig seine Struktur und damit auch seine Elastizität. Sie können zum Kneten eine Küchenmaschine benutzen, aber von Hand gelingt es garantiert genauso gut.

Frießinger Mühle Bio-Pizzamehl Tipo 00, 1 kg.
Die Basis für einen guten Bio-Pizzateig: Dieses qualitativ hochwertige Bio-Mehl hat einen hohen Kleberanteil und eignet sich daher besonders gut für einen leichten und schmackhaften Pizzateig bei kurzer bis mittlerer Teigführung (12 Stunden bis 2 Tage).

Bei GLOBUS erhältlich.

3. Der Faktor Zeit: Wenn Sie spontan fürs Abendessen Pizza mit eigenem Teig backen wollen, ist es eigentlich schon zu spät. Lassen Sie den Teig mindestens 24 Stunden im Kühlschrank ruhen. Dadurch entwickeln sich Geschmack und Struktur.

Tipp: Wenn es schnell gehen muss, können Sie in der GLOBUS Meisterbäckerei auch fertigen, frisch vor Ort hergestellten Pizzateig kaufen.

4. Die Grundsoße besteht nur aus Tomaten aus der Dose und Salz im richtigen Verhältnis. Dabei sollten Sie etwa fünf Gramm Salz pro Dose (à 400 Gramm) einplanen. Wichtig ist außerdem, dass Sie die Soße nur ganz kurz „anmixen", damit keine großen Stücke mehr enthalten sind, sie aber trotzdem noch Struktur hat. »

ANZEIGE

Die unterschiedlichen italienischen Pizzaarten

Neapolitanische Pizza

- **Herkunft:** Neapel
- **Teig:** nur aus Weizenmehl (Type 00), Wasser, Hefe und Salz
- **Gärzeit:** lang (mind. 24 Stunden) – sorgt für leichte, luftige Struktur
- **Charakteristik:**
  - weicher, elastischer Teig mit hohem, luftigem Rand („Cornicione")
  - in der Mitte dünn und saftig
  - wird traditionell bei sehr hoher Temperatur (ca. 450 °C) im Holzofen in 60 bis 90 Sekunden gebacken

Römische Pizza

- **Herkunft:** Rom
- **Teig:** mit etwas Öl im Teig und oft knuspriger als die neapolitanische Pizza durch geringere Hydration (weniger Wasser)
- **Gärzeit:** kürzer als bei der neapolitanischen Art
- **Charakteristik:**
  - dünner, flacher und knuspriger Boden
  - Rand meist weniger ausgeprägt
  - wird länger und bei etwas niedrigerer Temperatur gebacken

Pinsa

- **Herkunft:** Neuinterpretation eines antiken Rezepts aus dem Raum Rom
- **Teig:** Mischung aus Weizen-, Soja- und Reismehl mit hohem Wasseranteil (bis 80 Prozent)
- **Gärzeit:** sehr lang (48 bis 72 Stunden)
- **Charakteristik:**
  - außen knusprig, innen luftig und leicht
  - oval geformt
  - durch die spezielle Mehlmischung und Gärung leichter verdaulich

5. Pizza mit Semola anstatt mit Weizenmehl ausrollen. Das sorgt zum einen dafür, dass die Pizza beim Einschieben nicht anhaftet. Noch viel wichtiger: Es verleiht ihr beim Backen einen besonders knusprigen Boden und Rand.

6. Verwenden Sie ausschließlich Mozzarella zum Belegen der Pizza. Am besten öffnen Sie den Käse bereits ein bis zwei Stunden vor dem Backen und lassen ihn abtropfen bzw. pressen ihn mit der Hand aus, sodass er Flüssigkeit verliert und trockener wird. Burrata mit einer Füllung aus Sahne und Mozzarellafäden wird wiederum erst nach dem Backen frisch auf die Pizza gegeben.

7. Beim Belag ist im Zweifel weniger mehr: Eine gute Pizza braucht nicht viele, sondern gute Zutaten. Achten Sie darauf, dass alles dünn geschnitten ist und gleichmäßig garen kann. Wichtig: Zuerst kommt immer der Käse, dann der restliche Belag.

8. Beim Backen gibt es zwei Techniken mit jeweils einem kleinen Kniff, der für dafür sorgt, dass der Boden herrlich knusprig wird.

   Variante 1:
   Heizen Sie den Backofen und idealerweise einen Pizzastein so heiß wie möglich vor (250 bis 300 °C). Wenn Sie keinen Pizzastein haben, können Sie alternativ auch ein umgedrehtes Backblech verwenden. Backen Sie die Pizza fünf bis sieben Minuten, bis der Rand schön gebräunt ist. Den Ofen währenddessen auf keinen Fall öffnen, da sonst die hohe Hitze schnell entweicht.

   Variante 2:
   Formen Sie Ihren Pizzateig so, dass er in Ihre größte beschichtete Pfanne passt, und geben Sie die Tomatensoße darauf. Backen Sie die Pizza auf dem Herd in der heißen Pfanne ohne Fett ca. drei Minuten vor. Belegen Sie sie dann komplett und backen Sie sie im vorgeheizten Ofen mit der Grillfunktion bei maximaler Hitze zwei bis drei Minuten fertig.

UNESCO-Weltkulturerbe

Die Pizza hat sich von Italien aus weltweit verbreitet und auch innerhalb des Landes verschiedene regionale Variationen erfahren. Besonders die klassische Pizza Napoletana erlebte in den vergangenen Jahren einen regelrechten Siegeszug rund um den Globus. Seit 2017 ist diese Anerkennung auch offiziell: Die Kunst des neapolitanischen Pizzabackens wurde von der UNESCO als immaterielles Kulturerbe der Menschheit ausgezeichnet.

Noch mehr Pizza?
Spannenes zur Herkunft, noch mehr Arten der Zubereitung und natürlich viele weitere Rezepte finden Sie unter

globus.de/pizza

DIE GLOBUS PIZZA

In vielen **GLOBUS** Markthallen können Sie hausgemachte, knusprige Pizzen mit den besten Zutaten genießen: Bei der Auswahl der Zutaten greifen die Köche, wo immer es möglich ist, auf die **GLOBUS** Eigenproduktionen beziehungsweise Frischeabteilungen zurück. So holen sie etwa Schinken aus der Fachmetzgerei; Gemüse wird direkt aus der frischen Auslage der Obst- und Gemüseabteilung verwendet. Den Pizzateig stellen die Bäckermeister in der **GLOBUS** Meisterbäckerei jeden Tag frisch aus eiweißreichem Mehl vor Ort her. Nach viel Zeit zum Aufgehen und Ruhen wird er dann zu den Kollegen in der Gastronomie an der Pizzastation gebracht – frischer geht es nicht.

So entsteht die GLOBUS Pizza
Schauen Sie den Bäckermeistern und „Pizzaioli" im Video hinter den Kulissen über die Schulter und erfahren Sie die Geheimnisse der **GLOBUS** Pizza.

Kleiner Mozzarella-Guide

Mozzarella
Traditionell wird in Italien nur Käse aus Büffelmilch als Mozzarella bezeichnet. In Deutschland wiederum besteht „normaler" Mozzarella aus Kuhmilch. Büffelmozzarella oder Mozzarella di Bufala ist hingegen immer explizit als solcher ausgezeichnet.

Fior di latte
Diese Bezeichnung ist das italienische Äquivalent zu „normalem" Mozzarella, wie er in Deutschland genannt wird – also ein Mozzarella aus Kuhmilch. Für Pizza wird dieser am besten in der schnittfesten Variante eingesetzt. Alternativ können Sie Mozzarella zu Hause ein paar Stunden trocknen lassen oder mit der Hand auspressen.

Burrata
Bezeichnet eine spezielle Art des (Kuhmilch-)Mozzarellas mit cremigem Kern. Hierfür wird Mozzarella mit Rahm und Mozzarella-Strängen gefüllt und zu einem Beutel geformt. Ursprünglich aus Apulien, gibt es Burrata mittlerweile auch immer mehr aus heimischer Kuhmilch bei uns zu kaufen.

ANZEIGE

NEU

NEU im Sortiment!

La vita è ORO.

NEUER LOOK, VOLLER GESCHMACK!

Genieße den Geschmack Italiens – jetzt im neuen 200 g-Glas und mit der neuen Sorte Calabrese.

ORO DI PARMA

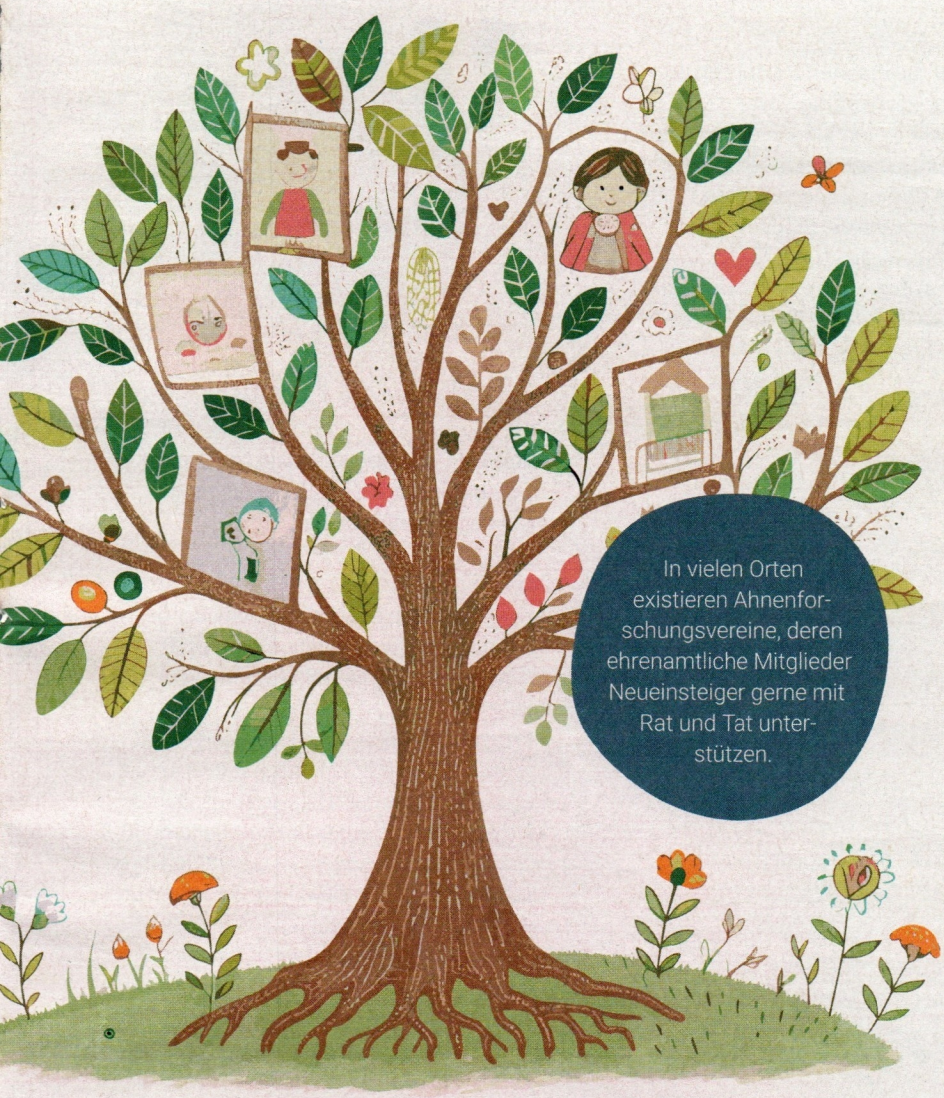
Ggf. nicht in allen Markthallen verfügbar

La vita è ORO.

Familienforschung – Abenteuer Stammbaum

Die meisten Menschen wissen heute noch gut, wer ihre Urgroßeltern sind oder waren. Aber danach wird es meistens schnell vage. Wer jedoch mehr über seine Herkunft und die eigenen Vorfahren erfahren möchte, sollte sich mit dem Thema Familienforschung beschäftigen. mio erklärt, was sich dahinter verbirgt und wie Sie in das Thema einsteigen können.

Wer auf dem Speicher im Haus der Eltern auf einen alten Stammbaum stößt, hält einen kleinen Schatz in den Händen: Nicht selten stellt sich beim Blick in die Vergangenheit die eine oder andere Überraschung heraus: Wurzeln in exotischen Ländern oder Verbindungen zu bekannten Persönlichkeiten aus der Geschichte? Ist die Urgroßtante mit einem französischen Adligen durchgebrannt? Oder gibt es eine Nebenlinie der Familie, die bis zum schwedischen Königshaus reicht? Aber auch wenn keine filmreife Geschichte offenbart wird, ist es für viele Menschen eine große Faszination, mehr über die eigenen Vorfahren herauszufinden. In den letzten Jahren erfreut sich die Genealogie (Ahnenforschung) immer größerer Beliebtheit. Und auch wenn man dabei erst einmal vor einem großen Rätsel steht, lassen sich durch die Auswertung verschiedener Quellen nicht nur Namen und Wohnorte der Vorfahren ermitteln, sondern häufig auch ihre Berufe oder sogar persönliche Lebensgeschichten. Mit etwas Glück kann man zudem nachvollziehen, ob Familienmitglieder in früheren Jahrhunderten ausgewandert sind – und wohin. Gleichzeitig leben in Deutschland



In vielen Orten existieren Ahnenforschungsvereine, deren ehrenamtliche Mitglieder Neueinsteiger gerne mit Rat und Tat unterstützen.

auch viele Menschen, deren Vorfahren einst aus anderen Ländern eingewandert sind. Ahnenforschung ist daher nicht nur ein faszinierendes Hobby, sondern eröffnet auch die Chance, bisher unbekannte Verwandte zu entdecken oder verborgene Familiengeschichten aus längst vergangenen Zeiten ans Licht zu bringen.

Das Stammbuch weitergeben

Nicht zuletzt ist die Erstellung eines Familienstammbaums nicht nur eine interessante Angelegenheit für die eigene Lebenszeit, sondern auch ein unschätzbar wertvolles Vermächtnis für die eigenen Kinder oder Enkel. Denn zu wissen, woher man kommt, ist nicht nur spannend, sondern bedeutet immer auch ein großes Stück Identität.

So gelingt der Einstieg in die Ahnenforschung

Die Erforschung der eigenen Ahnen und Vorfahren beginnt meist bei einer lebenden Person – in der Regel bei einem selbst. Im nächsten Schritt geht es darum, die relevanten Informationen über die Eltern, Großeltern, Urgroßeltern und weitere Vorfahren zu sammeln. Hilfreich sind zunächst private Unterlagen wie Geburts-, Heirats- und Sterbeurkunden, Testamente, Fotos oder Tagebücher. Ebenso wertvoll ist es, noch lebende Verwandte, Bekannte oder Zeitzeugen zu befragen.

Was ist Genealogie eigentlich?
Der wissenschaftlche Name der Familienforschung lautet Genealogie. Der aus dem Griechischen stammende Begriff setzt sich aus den beiden Wörtern „geneá" und „lógos" zusammen („Abstammung" und „Lehre").

So gehen Sie vor:

1. Tragen Sie zuerst alle Informationen, die Ihnen bereits vorliegen, systematisch zusammen.

2. Sprechen Sie mit Verwandten: Kontaktieren Sie ältere Familienmitglieder und bitten Sie sie um Erinnerungen und Informationen. Fragen Sie nach Namen, Geburtsdaten und Anekdoten.

3. Sammeln Sie Dokumente: Suchen Sie zum Beispiel im Elternhaus nach alten Briefen, Fotos, Tagebüchern, Nachrufen und Urkunden. Bitten Sie Verwandte, ob Sie deren Unterlagen einsehen oder kopieren dürfen.

4. Starten Sie Ihren Stammbaum: Erstellen Sie mit den gesammelten Informationen ein Grundgerüst Ihres Stammbaums, indem Sie die Daten von Ihnen, Ihren Eltern und Großeltern eintragen.

5. Dokumentieren Sie alles: Notieren Sie sich bei jeder neuen Information die Quelle (z. B. „Gespräch mit Tante Maria", „Geburtsurkunde im Stadtarchiv"). Nutzen Sie geografische Hinweise: Lokale Archive und Geschichtsvereine können wichtige Informationen und Hinweise über Ihre Vorfahren geben. »

Online-Recherche

Eine weitere Möglichkeit, schnell mehr über die eigenen Vorfahren zu erfahren, sind Online-Datenbanken zur Ahnenforschung. Zwar sind die meisten dieser Dienste kostenpflichtig, sie bieten jedoch einen komfortablen Einstieg und liefern oft deutlich schneller Ergebnisse als die klassische Recherche. Zu den bekanntesten und umfangreichsten Plattformen zählen aktuell Ancestry.de und MyHeritage.de. Beide Portale ermöglichen es, auf Basis vorhandener Daten einen Stammbaum zu erstellen und diesen gemeinsam mit Familienmitgliedern zu bearbeiten.

Weitere Quellen zur Ahnenforschung

- Standesämter, Kirchenämter und das Mormonenarchiv
- Ortschroniken
- Regionale und kommunale Archive
- Die Landesarchive
- Das Bundesarchiv Berlin
- Die Deutsche Dienststelle (WASt) und der Volksbund Deutsche Kriegsgräberfürsorge
- Das BStU – Stasi-Unterlagen-Archiv
- Der Kirchliche Suchdienst
- Es gibt auch online kostenlose Plattformen wie *gedbas.genealogy.net* oder *familysearch.org* für den Einstieg.
- Nutzen Sie soziale Medien wie Facebook, um mit Familienmitgliedern in Kontakt zu treten, von denen Sie seltener hören, oder um nach Personen mit Ihrem Nachnamen zu suchen, die an Familienforschung interessiert sind.

Gebt mir etwas Zeit:
Meine Chronik der Ereignisse
von Hape Kerkeling

In diesem Buch taucht Hape Kerkeling tief in die bewegte Geschichte seiner Vorfahren ein. Berührend und mit unvergleichlichem Sinn für Komik erzählt er von seiner Kindheit in den Siebzigern und den Glanzzeiten der TV-Unterhaltung, von Liebe und dem Goldenen Zeitalter der Niederlande. Er führt in die Anfänge seiner Fernsehkarriere und bis in die Frühzeit der Kerckrings, ins blühende Amsterdam des 17. Jahrhunderts.

Piper, 14,00 € | ISBN: 978-3492324007

Bei **GLOBUS** und unter globus-buchshop.de erhältlich. Einfach in der Markthalle abholen oder bequem nach Hause liefern lassen.

Zurück in die Vergangenheit

Inspiriert von Hape Kerkeling begibt sich mio-Autorin Dorina auf den spannenden Weg der Ahnenforschung.

Neulich habe ich Hape Kerkelings wirklich äußerst empfehlenswertes Buch über den Blick in seine Vergangenheit gelesen. Besonders fasziniert hat mich, wie weit zurück er es geschafft hat, seine Vorfahren aufzuspüren. Dabei habe ich mich gefragt, inwieweit ich selbst eigentlich meine Ahnen kenne. Ich muss gestehen: Ich wusste nicht einmal die Namen meiner Urgroßeltern. Hand aufs Herz, kennen Sie die Namen Ihrer Uroma oder Ihres Uropas? Wo sie lebten und welchen Beruf sie ausübten?

Jetzt wurde es höchste Zeit für einen Besuch bei meinen Großeltern. Gemütlich auf dem Sofa sitzend, habe ich gemeinsam mit meinem Opa angefangen, meinen Stammbaum aufzuschreiben. Wir haben Geburtsurkunden, Briefe und alte Telegramme – ich wusste, es gab sie, gesehen hatte ich allerdings noch nie eins – durchstöbert und ich habe mit Vergnügen den Geschichten seiner Kindheit gelauscht. Einen Zweig der Familie konnte ich so mehrere Generationen zurückverfolgen – sogar die Berufe konnten wir zum Teil rekonstruieren. Ich weiß jetzt zum Beispiel, dass mein Ururgroßvater Gärtner eines geschichtsträchtigen Schlosses war. Als Nächstes werde ich versuchen, durch Online-Recherche und Archivabfragen noch mehr über meine Abstammung herauszufinden. Neben spannenden Erkenntnissen über meine Herkunft hat mir die Ahnenforschung aber noch etwas gebracht: ein neues Hobby und gemeinsame Zeit mit meinem Opa!

Die Bedeutung und Herkunft der Nachnamen

Die Entstehung der Nachnamen ist meist eine interessante Geschichte, die von Region zu Region variiert. Es gibt fünf verschiedene Kriterien, die der Bildung der meisten Nachnamen zugrunde liegen: der Vorname des Vaters, der Beruf, der Ort, die Lage des Hauses oder Eigenschaften der Menschen, die beispielsweise zum Nachnamen „Lang" oder „Klein" führten. In den Top 50 der häufigsten deutschen Nachnamen dominieren dabei die Berufe, welche den Nachnamen bestimmt haben: Unangefochten auf Platz eins liegt Müller – vor Schmidt (abgeleitet von Schmied) und Schneider. Bis Rang 14 sind sogar ausschließlich Berufe vertreten. Erst dann folgt mit „Klein" der erste Familienname, der von körperlichen Merkmalen abgeleitet ist. Übrigens bezieht sich auch der Name Schröder auf den Beruf des Schneiders, beziehungsweise auf das mittelniederdeutsche Wort „schröden", das schneiden bedeutet.

Namensgebung ist seit dem Spätmittelalter abgeschlossen

Wussten Sie, dass in Deutschland keine neuen Nachnamen mehr entstehen? Während bei Vornamen immer wieder kuriose Elternwünsche Medien und Gerichte beschäftigen, sind die Nachnamen in Deutschland gesetzt. Die Namensgebung fand weitestgehend im 13. bis 16. Jahrhundert statt, weswegen es moderne Berufe wie zum Beispiel Programmierer auch nicht ins deutsche Namensregister schafften. •

Wie recherchiert man die Herkunft von Namen?

Bis zum Jahr 1800 etwa wurden Hochzeiten und Besitzveränderungen in die Kirchenbücher eingetragen. Mit etwas Glück sind diese für Recherchezwecke erhalten. Ab circa 1800 gab es Standesämter. Auch dort kann man recherchieren, allerdings sind wegen des Datenschutzes nicht die aktuellen Einträge verfügbar. Interessant und hilfreich bei der Recherche: Bis 1976 mussten Frauen bei Heirat den Namen des Mannes annehmen, es sei denn, sie wählten einen Doppelnamen, bei dem ihr Geburtsname an den Namen des Mannes angehängt wurde. 2025 wurde ein neues Namensrecht verabschiedet: Jetzt können beide Partner einen gemeinsamen Doppelnamen wählen und nicht nur die Reihenfolge, sondern auch die Bindestrich-Verwendung frei bestimmen.

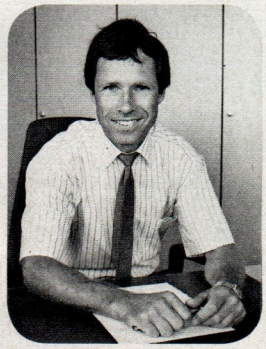
ANZEIGE

Familienunternehmen in der sechsten Generation

GLOBUS kann auf eine fast 200 Jahre lange Geschichte zurückblicken. Angefangen hat alles mit einem kleinen Lebensmittelgeschäft in St. Wendel. Heute zählt das Familienunternehmen rund 34.0000 Mitarbeiter. Dabei steht GLOBUS bereits seit den Gründungsjahren ganz besonders für herausragenden Service und ein inspirierendes Einkaufserlebnis.

2020

Mit **Matthias Bruch** übernimmt die sechste Generation die Verantwortung für das Familienunternehmen GLOBUS. Es vereint heute unter seinem Dach die GLOBUS Markthallen in Deutschland und Tschechien sowie die GLOBUS Baumärkte.

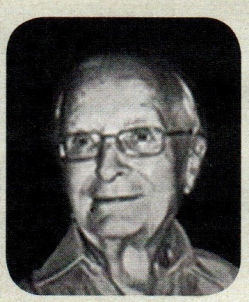


1978

Thomas Bruch, Ururenkel des Firmengründers, steigt in das Unternehmen ein. Er prägt es mehr als 40 Jahre lang. Die GLOBUS SB-Warenhäuser wachsen unter seiner Führung national und international. Die Baumarkt-Sparte entsteht.

1949

Dr. Walter Bruch, Vater von Thomas Bruch, und **Franz Josef Bruch** führen GLOBUS in die Moderne: Sie eröffnen 1965 den ersten modernen Verbrauchermarkt mit Selbstbedienung. Ein weiteres Aushängeschild wird die hauseigene, handwerkliche Produktion von Lebensmitteln.



1905

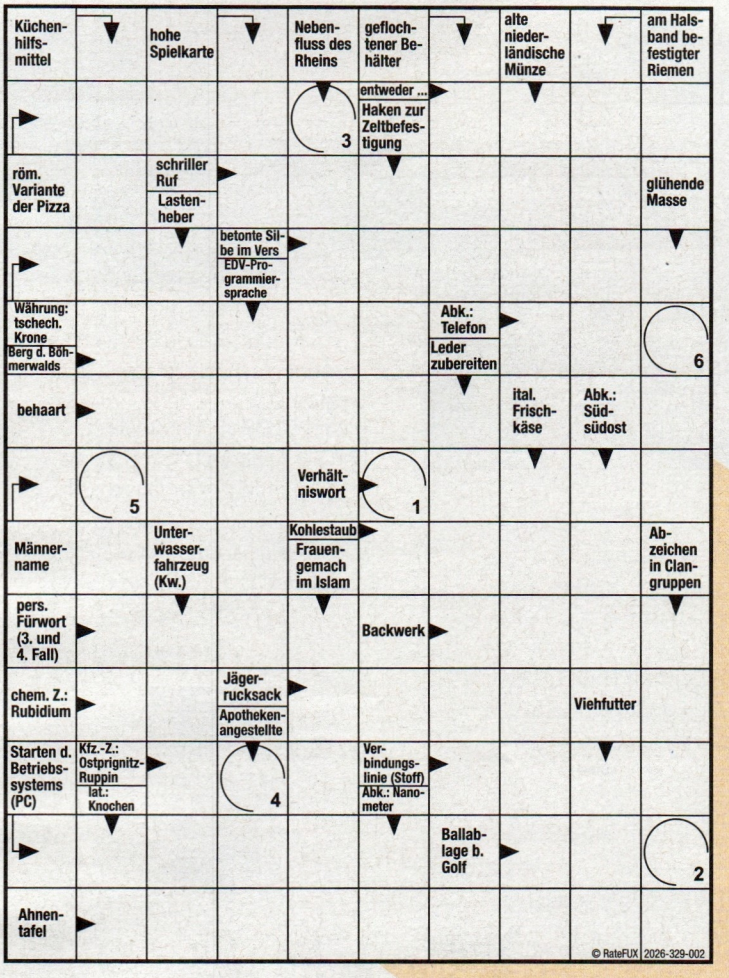
Joseph Karl Bruch übernimmt die Leitung und ist seiner Zeit weit voraus und denkt in großen Maßstäben: Er baut den Kolonialwarenladen seines Vaters zur Großhandlung aus. Beliefert wird Anfang des Jahrhunderts trotzdem noch mit der beschaulichen Pferdekutsche.

1865

Joseph Adam Bruch baut das Handelshaus seines Vaters zur Kolonialhandlung aus: Dabei begeistert und inspiriert er seine Kunden mit Waren und exotischen Produkten aus aller Welt.

1828

Franz Bruch gründet im saarländischen St. Wendel sein Handelshaus. Seinen Kunden verspricht er die „billigste und reelste Bedienung", heute würde man sagen preiswert und zuverlässig, – ein Versprechen, das neben herausragendem Service und handwerklicher Herstellung zum Markenzeichen der nachfolgenden Generationen wird.



1	2	3	4	5	6

Die richtige Lösung wird in der Ausgabe 03/2026 veröffentlicht.
Das Lösungswort im Januar lautete „BAUCHGEFUEHL".

Mitmachen und gewinnen!

Lösen Sie das Rätsel und gewinnen Sie ein WMF-Frühstücksset, bestehend aus einem Kaffeeautomaten Stelio Aroma, einem Wasserkocher Stelio 1,7 l und einem Eierkocher Stelio im Gesamtwert von 264,97 € (UVP). So bleiben schon frühmorgens in der Küche keine Wünsche offen: In der Thermoskanne bleibt Ihr Morgenkaffee lange heiß, mit dem Wasserkocher können Sie ganz bequem auch für mehrere Personen Teewasser erhitzen und im Eierkocher gelingen perfekt gekochte Frühstückseier. Dank des aufeinander abgestimmten Designs macht das Frühstücksset auch optisch richtig was her!

Teilnahmebedingungen:
Von der Teilnahme ausgeschlossen sind GLOBUS Mitarbeiter und ihre Angehörigen. Teilnahme ab 18 Jahren. Nur eine Karte je Teilnehmer.
Die Gewinner werden schriftlich benachrichtigt. Eine Barauszahlung des Gewinns ist nicht möglich. Der Rechtsweg ist ausgeschlossen. Personenbezogene Daten von den Gewinnern werden ausschließlich durch die GLOBUS Markthallen Holding GmbH & Co. KG verarbeitet. Rechtsgrundlage für die Verarbeitung vorstehender Daten ist Art. 6 Abs. 1 lit. b DSGVO (Durchführung vorvertraglicher Maßnahmen und Erfüllung eines Vertrages). Die Daten werden so lange gespeichert, wie sie für die Gewinnspieldurchführung sowie Gewinnabwicklung notwendig sind. Nach Wegfall dieses Zwecks werden die Daten umgehend gelöscht. Insoweit erfolgt eine Löschung der Daten nach Beendigung oder Ablauf des Gewinnspiels und Versendung der Gewinne. Die Daten der Gewinner werden spätestens nach 30 Tagen ab Gewinnbenachrichtigung gelöscht. Weitere Informationen zum Datenschutz, insbesondere zu Ihren Betroffenenrechten, finden Sie unter *globus.de/datenschutz*.

Teilnahmeschluss ist der 28.02.2026

Teilnahmemöglichkeiten:

- Teilnahme-Coupon ausfüllen und an **GLOBUS Markthallen Holding GmbH & Co. KG,** Postfach 1126, 66591 St. Wendel senden.
- Teilnahme-Coupon ausfüllen und in Ihrer **GLOBUS Markthalle** abgeben.

TEILNAHME-COUPON

Füllen Sie alle Felder in Druckbuchstaben aus und geben Sie diesen Coupon am Empfang in Ihrer GLOBUS Markthalle ab.

Lösungswort

Ausgabe 02/26

Name, Vorname

Straße, Hausnummer

PLZ

Ort

☐ Ich bin mindestens 18 Jahre alt.

Es gelten oben stehende Teilnahmebedingungen und Datenschutzbestimmungen.

Tierische Familienmitglieder

In Deutschland leben über 34 Millionen Haustiere, besonders beliebt ist die Katze, dicht gefolgt vom Hund. Aber auch Kleintiere wie Meerschweinchen oder Hamster sowie Vögel und Fische bereichern das Leben vieler Menschen. mio zeigt, worauf es bei der Entscheidung für ein Tier ankommt.

Dass das Zusammenleben mit einem Tier sich positiv auswirken kann, bestätigen wissenschaftliche Studien. Forscher konnten zum Beispiel belegen, dass beim Streicheln von Hunden Blutdruck, Puls und Cortisolspiegel sinken können. Zudem wird Oxytocin ausgeschüttet, jenes Hormon, das für Glücksgefühle sorgt. Auch können Haustiere soziale Kontakte fördern: Menschen mit Haustier fühlen sich anderen Haustierbesitzern meist direkt verbunden, man kommt zum Beispiel beim Gassigang dank des Hundes leicht ins Gespräch oder tauscht sich in Foren, Gruppen oder Vereinen mit Gleichgesinnten aus.

Katze, Hund oder Kleintier?

Doch wie finde ich eigentlich heraus, welches Tier zu mir und meiner Lebenssituation passt? In erster Linie sollten Sie sich die Frage stellen, wie genau Ihr Alltag aussieht. Können Sie die Bedürfnisse, die ein Tier an Sie stellt, erfüllen? Insbesondere die Zeit, die Sie für das neue Familienmitglied aufbringen können, spielt eine große Rolle. Hunde können zwar auch mal allein bleiben, sollten das aber nicht fünfmal die Woche während Ihres kompletten Arbeitstages sein. Auch Ihre Wohnsituation ist von Bedeutung: Eine Freigängerkatze lebt an einer stark befahrenen Straße gefährlich, zwei Zwergkaninchen in einem empfohlenen Gehege von vier Quadratmetern schränken den Wohnraum in einer kleinen Wohnung stark ein. Auch Ihre finanzielle Situation sollte Berücksichtigung finden – je nach Tier können regelmäßige Kosten für Steuer, Versicherungen oder Impfungen anfallen. Außerdem sollte für den Krankheitsfall ein finanzielles Polster vorhanden sein. Und auch für die Urlaubszeit müssen Sie vorab einen Plan haben: Haben Sie jemanden, der die Betreuung übernimmt, oder planen Sie Urlaube, in die Sie insbesondere Ihren Hund mitnehmen können? Fragen Sie sich auch, was Sie vom Zusammenleben mit Ihrem neuen Familienmitglied erwarten. Viele Kleintiere sind dämmerungsaktiv, einen Hamster werden Sie am Tag eher nicht zu Gesicht bekommen. Fluchttiere wie Kaninchen wollen meist nicht so gern angefasst werden. Reptilien und Fische eignen sich gut als Beobachtungstiere, Hunde wollen mit ihrem Menschen aktiv sein.

Ist die Entscheidung gefallen, sollte das Tier unbedingt aus einer erfahrenen, seriösen Zucht oder aus dem Tierschutz stammen. Sie sind noch unsicher, welcher tierische Mitbewohner zu Ihnen passt? Dann machen Sie den GLOBUS Haustier-Check unter

globus.de/haustier-check

Nur das Beste für Ihr Tier

In Ihrer **GLOBUS** Markthalle können Sie für Ihren Liebling gleich mit einkaufen – hier finden Sie ein umfangreiches Angebot an hochwertigem Futter und Zubehör für Hunde, Katzen, Kleintiere, Vögel oder Fische.

GLOBUS Gold Hunde-Snack Mini-Burger Rind, mit Chia und Grünkohl. Die wird Ihr Hund lieben: Idealer Snack zur Belohnung oder als Unterstützung im Training.

GLOBUS Katzenfutter Soft Mousse, mit Lachs. Hochwertiges Nassfutter für Katzen. Auch in den Sorten Thunfisch, Truthahn oder Huhn erhältlich.

Bei GLOBUS erhältlich.

Das sagt die mio-Redaktion zum Leben mit Haustier

Das Zusammenleben mit meinem Hund Sammy bereichert mein Leben ungemein. Er ist immer an meiner Seite und begleitet mich (fast) überall hin. Er hat mir mein Lachen zurückgebracht und eine neue Welt eröffnet, die ich ohne ihn nie kennengelernt hätte – neue Hobbys und Freundschaften sowie gemeinsame Abenteuer in der Natur. Ich möchte keine Sekunde mit ihm missen.

Sandra mit ihrem Hund Sammy

An meinen beiden Katzen liebe ich besonders ihre Unabhängigkeit: Sie sind Freigänger und könnten ihre Zeit auch komplett draußen verbringen. Ich freue mich jedes Mal, wenn sie sich bewusst dazu entscheiden, Zeit mit mir zu verbringen.

Michaela mit ihrer Katze Mia

Erste Hilfe für Tiere

Jeder kennt die stabile Seitenlage für Menschen, aber worauf ist bei der Ersten Hilfe für Hunde, Katzen und Co. zu achten? Hier lesen Sie, wie Sie im Ernstfall am besten reagieren:

globus.de/haustier-erste-hilfe

Seit wir im Wohnzimmer unseren Fernseher gegen ein Aquarium samt flossigen Bewohnern eingetauscht haben, ist eine ganz besondere Ruhe eingekehrt und man hat trotzdem immer etwas zum Hinschauen. Und für unseren siebenjährigen Sohn ist es eine erste eigene Aufgabe mit Verantwortung, die aber trotzdem nicht zu viel Zeit in Anspruch nimmt: Jeden Tag füttern, das Aquarium regelmäßig reinigen und alle 14 Tage einen Wasserwechsel machen – das schafft er schon fast ohne Hilfe.

Sebastian an seinem Aquarium

ANZEIGE

Familienzeit bei GLOBUS

Für das Familienunternehmen GLOBUS haben Kinder und Familien einen ganz besonderen Stellenwert. mio stellt die einzelnen Angebote für Kinder und Eltern vor, damit Sie schon beim nächsten Markthallen-Besuch von den Services profitieren können.

Lebensmittel mit Kinderaugen entdecken

Bei GLOBUS geht es um mehr als „bloß" den Einkauf, sondern auch immer darum, Neues zu entdecken. Das gilt ganz besonders für kleine Weltentdecker: So dürfen die jüngsten Kunden an den Theken – insbesondere an der Käsetheke und in der Fachmetzgerei – gerne Lebensmittel probieren und entdecken. Und in der Obst- und Gemüseabteilung vieler Markthallen können sich Kinder an ausgewiesenen Auslagen ein Gratis-Obst mitnehmen, zum Beispiel eine Banane.

Achten Sie auf die saisonalen Aktionen, zum Beispiel die Osterkörbchen- oder Nikolausbastelaktion, bei denen die Kinder basteln und sich dann ihre Basteleien von **GLOBUS** befüllen lassen können. In vielen Markthallen gibt es darüber hinaus regelmäßig tolle Aktionen, wie zum Beispiel Kinderfeste.

Das Weltentdecker-Magazin – gratis in Ihrer GLOBUS Markthalle

Schlittenfahren in der Wüste? Im aktuellen Magazin erfährt Ihr Weltentdecker Spannendes rund um den Schlitten. Außerdem werden einzelne Robbenarten vorgestellt. Rätsel und Comic sind natürlich auch wieder dabei – und ein Robben-Poster.

Profitieren Sie von den Weltentdecker-Vorteilen bei *mein* GLOBUS

In der *mein* GLOBUS Welt erwarten Sie exklusive Kinder- und Familienvorteile. GLOBUS begleitet Sie dabei mit interessanten Informationen, nützlichen Tipps, leckeren Rezepten, exklusiven Coupons und vielen weiteren Vorteilen durch die spannende Zeit mit Kindern.

mein GLOBUS Welt-entdecker

Sie sind noch kein Weltentdecker-Mitglied?
Dann registrieren Sie sich für *mein* **GLOBUS** und schalten in Ihrem Kundenkonto die Weltentdecker-Vorteile frei. Eine Registrierung ist bereits ab der Schwangerschaft bis zum 9. Geburtstag Ihres Kindes möglich.

globus.de/weltentdecker

Spiel, Spaß und Wissen für Ihren Nachwuchs

Auf der GLOBUS Kinderseite finden kleine und große Weltentdecker viele spannende Themen, Spiele, Geschichten und Hörspiele liebevoll aufgearbeitet. Auch Rätsel und Bastelanleitungen sorgen für Spaß bei Groß und Klein. Stöbern Sie mit Ihren Kindern und entdecken Sie dabei interessante Aktionen.

globus.de/kinderseite

Für kleine Käse-Fans
Das GLOBUS „Käse-Diplom" ist ein echtes Highlight für kleine „Gourmets": Kinder können bei jedem Einkauf eine neue Käsesorte an der Käsetheke probieren. Sind alle zehn Sorten im Käse-Pass abgehakt, bekommt Ihr Kind das GLOBUS Käse-Diplom am Empfang Ihrer Markthalle überreicht.

Spielspaß aus dem Meer
Entdecken Sie mit Ihren Kindern die Unterwasserwelt beim GLOBUS Fisch-Memo: Weltweit gibt es über 30 000 Fischarten, 24 von ihnen können Ihre Kinder hier kennenlernen. Fragen Sie einfach bei Ihrem nächsten Einkauf an der Fischtheke in Ihrer Markthalle danach und erhalten Sie einen von vier Bögen für das bunte Memo-Spiel gratis zu Ihrem Einkauf dazu.

Die besonderen Vorteile für Familien im Restaurant

Kostenlose Babynahrung
Bedienen Sie sich gern an der kostenfreien Babynahrung. Oder geben Sie Ihren mitgebrachten Brei in der Küche ab, damit er dort für Ihr Kind erwärmt werden kann.

Das Kindergericht aufs Haus
Wenn Mama oder Papa – oder auch eine andere erwachsene Begleitperson – ein Hauptgericht bestellt, genießen Kinder bis 1,10 Meter Körpergröße ihr Essen kostenlos.

Die beliebte Entdecker-Box
Alle Kinder erwartet in den **GLOBUS** Restaurants die beliebte Entdecker-Box. Diese enthält neben einem Getränk und einem Kindergericht (eine Portion Chicken Nuggets mit Pommes) auch ein kleines, monatlich wechselndes Spielzeug.

ANZEIGE

TREUEAKTION

Punkte sammeln 02.02.– 11.04.2026
Prämien sichern 02.02.– 25.04.2026

Aktuelles bei GLOBUS

Fairbruary bei GLOBUS

Im „Fairbruary" ruft **GLOBUS** dazu auf, einen Monat lang besonders fair zu konsumieren. Ob Schokolade, Kaffee oder viele weitere Produkte – mit ihrer Wahl vor dem Regal können Verbraucher direkt und jeden Tag zu fairen und besseren Arbeitsbedingungen beitragen. Übrigens: Im vergangenem Jahr haben sich wieder viele **GLOBUS** Markthallen an der Challenge von Fairtrade Deutschland und fitfortrade für Auszubildende im Lebensmitteleinzelhandel und in Drogeriemärkten beteiligt. Die Azubis der Markthalle Weischlitz, Nico Lohse, Tobi Kohn, Elisa Lorenz, Merle Leni Tannhäuser und Shirin Linke, räumten dabei sogar den zweiten Platz ab! Mehr zum Thema Fairtrade bei **GLOBUS** finden Sie unter

globus.de/fairtrade

So entstehen die **GLOBUS** Berliner: Schauen Sie den Meisterbäckern vor Ort in der Markthalle über die Schulter.

Hochsaison für Berliner

Zur fünften Jahreszeit Zeit dreht sich in den **GLOBUS** Meisterbäckereien alles um die hausgemachten Berliner. Die leckeren und frisch frittierten Kugeln sind in verschiedenen Sorten erhältlich: Neben Pflaumenmus, Mehrfruchtmarmelade oder Vanillepudding gibt es in diesem Jahr auch wieder die Variante mit Nutella-Füllung.

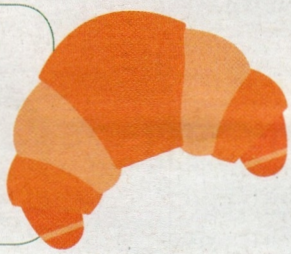
Chinesischer Neuanfang

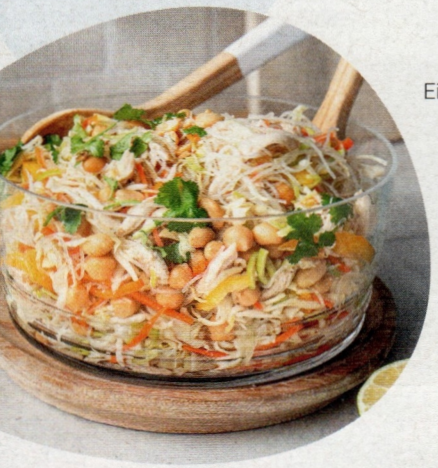
Das chinesische Neujahrsfest findet in diesem Jahr am **17. Februar** statt und die Festlichkeiten selbst ziehen sich über mehrere Tage hin. Alle Fans der chinesischen Küche erwartet in ihrer **GLOBUS** Markthalle eine große Auswahl an traditionellen Spezialitäten: zum Beispiel Mungobohnenkeimlinge oder Sojasoße der **GLOBUS** Qualitätsmarke – gewohnte Qualität zu attraktiven Preisen.

4+1 für 3 €

Freuen Sie sich auf das neue Frühstücksangebot bei **GLOBUS**. Sie haben die Wahl: vier Teile aus Weizenbrötchen, Croissant, Wurst, Käse, Butter, Aufstrich plus ein Heißgetränk. Und das Ganze für unschlagbare **drei Euro.**

(Nicht kombinierbar mit anderen Produkten aus dem GLOBUS Frühstücksangebot)





Einfach clever! Entdecken Sie in der Märzausgabe Meal-Prep-Ideen für die perfekt vorbereitete Woche und erfahren Sie dazu Tipps, wie Sie beim Kochen Zeit sparen können. Dazu gibt es inspirierende Ideen zum wichtigen Thema Digital Detox, damit im Alltag mehr Zeit für andere schöne Dinge bleibt. Und selbstverständlich hoppelt auch schon der Osterhase durch die Ausgabe.

Die nächste *mio*-Ausgabe ist ab dem **2. März** in Ihrer **GLOBUS** Markthalle erhältlich. Weitere spannende Beiträge finden Sie unter

globus.de/mio

Haben Sie Fragen oder Anregungen zur *mio*? Dann schreiben Sie uns gerne an **mio@globus.de**

ANZEIGE

NEU Jetzt probieren!

just·1

Ein Blatt, voller Komfort.

Begeistert mit **extra dicken** und **ultraweichen Blättern** mit **außergewöhnlicher Saugkraft.** Für ein **sicheres** und **komfortables** Gefühl bei jeder Anwendung.

Zewa

Nicht in allen Markthallen verfügbar.

ANZEIGE

Kneipp

Dreh die Welt öfter um

DICH SELBST

GÖNN DIR
EINE AUSZEIT:

Mach, wonach du dich fühlst und genieße kleine Glücksmomente im Alltag.

Mit den Produkten von Kneipp.